



SALUD / LA CONSULTORA 'SP ACTIVA' APLICA LA INICIATIVA POR PRIMERA VEZ EN LLEIDA

Un millar de empresas aplicarán en Lleida un programa antitabaco

LLEIDA **REDACCIÓN**

Hasta 15.000 trabajadores de Lleida podrán seguir un programa para dejar de fumar costeado por sus empresas. La compañía SP Activa, que lleva la prevención de riesgos y temas sanitarios de un millar de compañías en la provincia, presentó ayer un programa de deshabituación del tabaco con el que quiere mejorar la salud de los empleados y, de paso, mejorar la productividad de sus clientes.

Según indicaron desde la consultora, la aplicación de este proyecto se basa en un programa dividido en tres fases: una primera de sensibilización, en la que se ofrecerá información sobre los efectos del tabaco en la salud y en el rendimiento laboral; una segunda de evaluación, donde los trabajadores expresarán su motivación para dejar el hábito, y una última de actuación, con las acciones terapéuticas para dejar de fumar. Los empleados que quieran dejar el tabaco podrán optar por seguir una atención personalizada o formar grupos de terapia, con lo que tendrán además el

▶ Las compañías ganarían entre 10 y 30 minutos de trabajo por cada exfumador

▶ Los empleados pueden sumarse al proyecto solos o hacer grupos de terapia

apoyo de sus compañeros. Desde SP Activa destacaron ayer que por cada empleado que logre el objetivo la empresa ganará entre 10 y 30 minutos de trabajo efectivo para la compañía. Además, señalaron que los fumadores registran "más absentismo y enfermedades" que el resto



Los cambios legales han expulsado el hábito de los centros de trabajo

de empleados.

Los estudios científicos demuestran que sólo 20 minutos después de dejar de fumar empieza a normalizarse la tensión arterial de la persona; a las 48 horas mejoran el sentido de gusto y el olfato; a los tres meses ya es más fácil caminar, con una ca-

pacidad pulmonar que aumenta en un 30%; a los nueve meses disminuyen la tos, la congestión nasal, la fatiga y la sensación de ahogo; a partir de cinco años el riesgo de morir de enfermedad cardiovascular baja un 50% y a los 10 el de cáncer pasa a nivel de no fumador.